

---

# BUENAS PRÁCTICAS MODELO Y AMBIENTE

---

ASOCIACIÓN JUBILARES

Asociación  
**Jubilares**

---

Miguel Ángel Mira Illana

Javier del Monte Diego

Miguel Ángel Piquet Sanz

---



**ÁMBITO DE ACTUACIÓN:** Se trata de una actuación integral que opera en los siguientes ámbitos

- **Innovaciones organizativas y metodológicas:** Se propone un MODELO RESIDENCIAL (Jubilar) y una METODOLOGÍA (Método “Nielsen”), que es inédito en España
- **Servicios de apoyos y de atención profesional personalizados:** Se garantiza su recepción, a medida que surge la necesidad de cada persona o del grupo, siguiendo el Modelo de Atención Integral y Centrada en la Persona. (AICP), que actúa desde el respeto a la dignidad y la autonomía de las personas y que se armoniza con el modelo residencial y su metodología
- **Diseño arquitectónico y actuaciones ambientales y tecnológicas:** Se siguen los postulados propuestos en la Red Modelo y Ambiente, planificando entornos seguros, amigables y accesibles (adaptados y adaptables), de formalización hogareña, de escala doméstica y acogedores.
- **Participación de los destinatarios.** El método que se utiliza es eminentemente participativo, fomentando que las personas destinatarias de las viviendas se involucren desde el inicio del proyecto para decidir el ámbito y alcance de la actuación ambiental, tecnológica, asistencial y de apoyo a la vida comunitaria.

**LUGAR:** Ámbito Nacional, si bien se han interesado también asociaciones de personas mayores españolas residentes en el extranjero

**GRUPO DE POBLACIÓN AL QUE SE DIRIGE:** Grupos de Personas (habitualmente entre los 55 y 70 años de edad) que deciden voluntariamente desarrollar un proyecto participativo desde su inicio para contar con su propia vivienda colectiva para la etapa posterior a la jubilación, con la garantía de que esta vivienda cuenta con todos los elementos de accesibilidad y confort, además de tener la seguridad de recibir los apoyos y atención que se precisen de manera profesional, integral y personalizada.

## OBJETIVOS

Como objetivo general se pretende: mejorar de la calidad de vida de las personas mayores a través del acompañamiento en el desarrollo de viviendas diseñadas de manera participativa en entornos comunitarios amigables y que satisfagan sus necesidades a medida que éstas se vayan presentando



Como objetivos específicos se plantean:

- Implantar un modelo residencial que favorezca la autonomía personal, sin tuteladas ni servicios obligados
- Promover y promocionar actitudes activas, de iniciativa y gestión propias, frente al modelo imperante de pasividad y consumo
- Promocionar el funcionamiento en comunidad, como instrumento donde las personas mayores pueden aumentar su capacidad de acción e influencia, encontrar seguridad y apoyo para los momentos de vulnerabilidad, resultando en una mayor autonomía personal
- Garantizar una atención a la carta, psicosocial y sanitaria, integrada y respetuosa con la autonomía de las personas mayores (AICP)

## DESCRIPCIÓN DEL PROYECTO, METODOLOGÍA Y FASES

Se trata de una experiencia de apoyo a la implantación en España del modelo internacional de viviendas para personas mayores conocido como Senior Cohousing. Se realiza según el Método danés Nielsen para formación de comunidades autogestionadas por las propias personas mayores. A este modelo, de larga tradición internacional, se le añade un asesoramiento y provisión de servicios profesionales a la carta en atención psico-socio-sanitaria a domicilio, según los postulados de la Atención Integral y Centrada en la Persona.

Así pues, un jubilar es un “Senior Cohousing” con Atención Integral y Centrada en la Persona (AICP).

A muchas personas les resulta atractiva esta propuesta. Se trata de quienes desean cambiar de vivienda empujadas/os por factores como los siguientes:

Factores de expulsión:

- Soledad: Especialmente indicado para personas con riesgo de desconexión social, que puede acentuarse en casos de viudedad y, sobre todo, ante el riesgo de alcanzar una situación de dependencia o vulnerabilidad. Esta desconexión puede producirse si concurren factores tales como la lejanía de los familiares, el desconocimiento y ausencia de relación con vecinos y vecinas inmediatas y la



inexistencia de una “vida de barrio” rica y efectiva.

- Casa muy grande, mucho mantenimiento, alto coste
- Casa no amigable, ni adaptada ni adaptable fácilmente
- Inmueble o barrio poco accesible
- Inseguridad vecinal de cualquier tipo (mis antiguos vecinos se han ido y no conozco a mis actuales vecinos, nadie me conoce a mí, la ciudad ha cambiado, es más ruidosa, hay más tráfico, etc.)

Estos “Factores de expulsión” son más habituales en las grandes ciudades.

Factores de atracción:

- Vida autónoma: no quiero ser una carga para nadie
- Compañía elegida, amigos/as y convencidos buenos vecinos
- Mi proyecto de vida sigue para siempre bajo mi control, y puede tener además mayor intensidad o trascendencia
- Mejor vida familiar para el cuidado a personas en situación de dependencia; cuidados mutuos: voy a poder cuidar mejor a la familia pues “mi familia” ha crecido y me ayuda y además tengo asegurada la atención profesional que precise
- Mejor economía de mantenimiento y de asistencia.
- Legado: una propiedad mejor y más sostenible, de arquitectura amigable (adaptada y adaptable)

Algunas personas que han pasado por este análisis deciden mudarse formando un grupo de amigos/as y familiares que coinciden en querer envejecer bien juntos/as

También se interesan por el modelo:

- Personas que individualmente no consiguen formar un grupo, pero quieren unirse a uno en marcha o ya en funcionamiento
- Grupos vinculados al movimiento asociativo y/o al voluntariado, conocedores del Paradigma del Envejecimiento Activo, que quieren para sí (o sus asociados/as) desarrollar esta alternativa residencial
- Vecinas/os que deciden rehabilitar el inmueble donde viven
- Grupos de personas que tienen personas en situación de dependencia a su cargo
- Administraciones públicas (desarrollo específico del modelo)



Para la consecución de los objetivos se promueve la formación de comunidades que diseñen y gestionen su propio entorno residencial para la etapa de mayor (Jubilares). La experiencia en otros países de Europa y Norteamérica en la conformación de este tipo de comunidades es larga y ofrece muchas conclusiones a considerar.

El método empleado se centra en la participación de las personas interesadas, que son protagonistas de todas y cada una de las fases del proyecto. La conformación de cada comunidad como grupo de personas capaz de abordar iniciativas y solucionar problemas de manera colectiva es prioritaria y previa a cualquier acción relacionada con la construcción del complejo residencial.

Se trata, ante todo, de que cada persona mayor siga siendo dueña de su futuro, que controle las decisiones que afectan a su proyecto vital, que se sigue desarrollando y ampliando.

Cada jubilar se forma con un tamaño idóneo de entre 15 y 30 viviendas, suficientemente grande como para tener una variedad de relaciones personales y suficientemente pequeña para que cada persona conserve una influencia importante en lo que ocurre en su comunidad, en la gestión de la vida cotidiana.

El diseño del complejo físico, realizado mediante procedimientos participativos, se lleva a cabo a partir de un conjunto de viviendas individuales de tamaño moderado en torno a unas generosas zonas comunes, tanto abiertas como cerradas. Este esquema favorece la vida comunitaria, una relación cotidiana de estrecha vecindad, a la vez que permite la privacidad siempre que se desee.

El instrumento jurídico idóneo es la formación de cooperativas de cesión de uso o de derecho de superficie: Asegura la continuidad en el uso a lo largo del tiempo y protege su equidad de precio frente a las derivas especulativas que amenazan cualquier intervención inmobiliaria.

El proyecto contempla la garantía de atención psicosocial y sanitaria domiciliaria a medida que se precisa y en función de las necesidades individuales, en coherencia con el proyecto de vida personal. Para ello está previsto el asesoramiento y la provisión especializados desde el comienzo (prevención), aconsejando acerca de las decisiones a tomar en cada momento, cuya puesta en marcha depende siempre de cada persona y cada comunidad. (Atención Integral y Centrada en la Persona. AICP)



Teniendo en cuenta que se trata de un proceso complejo, la asociación aporta modelo, metodología y la integración y coordinación de los diversos asesoramientos especializados que se requieren en cada fase del proceso. Así se evita el riesgo de que se produzcan desviaciones imprevistas en cualquiera de las fases, que podrían malograr los objetivos iniciales de las personas destinatarias del proyecto.

La Asociación apoya al funcionamiento de las personas y las cooperativas, resuelve dudas, recoge y suma conocimiento y experiencia, las pone en contacto, defiende y difunde el modelo y apoya en la resolución de problemas comunes.

Respecto a la metodología, el proceso de creación de cada jubilar comienza con un grupo de personas interesadas, que como mínimo situamos en 6 / 8 viviendas (6-16 personas). Este “grupo embrionario” se constituye en motor y corazón del grupo, que idóneamente crecerá hasta las 15-30 viviendas.

#### FASE 0: PENSAR EL LUGAR Y LA ACTIVIDAD

Esta fase no siempre es necesaria, pues muchos grupos tienen ya decidido el lugar y la actividad que les une o les motiva a emprender juntos/as este camino. A las que no lo tienen claro les ayudamos a que acuerden una primera aproximación común a estos aspectos.

#### FASE 1: VIABILIDAD

Se estudian las posibilidades reales, físicas y financieras del grupo para generar su comunidad en un determinado lugar elegido por ellas. Se estudian ubicaciones concretas.

#### FASE 2: EXPANSIÓN Y COHESIÓN

Dicha ubicación en ocasiones requiere de más personas. En cualquier caso es interesante contar con más gente de la estrictamente necesaria para llevar a cabo el siguiente paso (Taller I), pues a veces se pueden retirar algunos inicialmente interesados. En esta fase de expansión se contacta con las autoridades locales y se abre a los habitantes de ese barrio o población la posibilidad de unirse al grupo y participar en el Taller I.

En esta fase de captación ya existe un solar y unos primeros encajes gráficos (los realizados para comprobar la viabilidad).

- TALLER I: “Envejecer con éxito”. Se realiza un taller de capacitación como grupo,



tras el que se obtiene un grupo cohesionado, convencido de sus intenciones y que se siente capacitado para trabajar conjuntamente para llevarlas a cabo

### FASE 3: CONSTITUCIÓN LEGAL Y DISEÑO

Se constituye legalmente la cooperativa, que a partir de este momento es la protagonista legal que obtiene la financiación que sea necesaria, adquiere el suelo elegido y contrata los servicios necesarios para ejecutar las obras (arquitectos, promoción delegada, constructora, abogados, notaría etc).

- TALLER II: El grupo diseña el complejo con los arquitectos, mediante métodos participativos

### FASE 4: CONSTRUCCIÓN Y NORMAS

Se construye el complejo, mediante promoción delegada y con dirección integrada de proyecto

- TALLER III: El grupo elabora las normas de convivencia que regirán su jubilar, en todos los aspectos

### FASE 5: VIVIR EN EL JUBILAR

Una vez construido el complejo y establecidas las normas de convivencia, sólo queda estrenar el nuevo hogar todos y todas juntas.

GESTOR de Atención Integral y Centrada en la Persona (AICP): Cada jubilar cuenta con un asesor experto que vela por el bienestar de las personas y del grupo y provee que se intervenga de manera profesional sobre todos los aspectos relacionados con la vida en común tales como: habilidades sociales y de comunicación para la convivencia, resolución de conflictos, problemas legales, promoción de hábitos y estilos de vida saludables, prevención de enfermedades o situaciones de dependencia, etc. Cuando existen personas que requieren apoyos o cuidados permanentes, el gestor de AICP se ocupa de gestionar la provisión de los mismos con criterios de calidad de atención y de vida. El respeto por la autonomía y la dignidad de la persona están en el centro de este modelo de atención.



## TEMPORALIZACIÓN

Cada una de las iniciativas o “jubilares” sigue su propio calendario, a modo de orientación:

- Aparición de la demanda / Presentación / Pensar el Lugar: 2 meses
- Estudio de viabilidad / expansión del grupo: 3 meses
- Taller 1 (Envejecer bien): 3 meses
- Taller 2 (Diseño del complejo residencial): 6 meses
- Taller 3 (Normas de convivencia) / Construcción: 15-18 meses

7

## RECURSOS

La asociación cuenta con sus medios propios para realizar las funciones que le son propias: difusión del modelo, sesiones informativas, relaciones institucionales, bases de datos, coordinación de asesoramientos o coordinación de jubilares.

No obstante, para asegurar al máximo el éxito de los proyectos, la Asociación mantiene una serie de alianzas con otras entidades, tanto para el funcionamiento administrativo como para los procesos técnicos de formación de cada Jubilar y para garantizar el apoyo del Gestor de AICP

## NORMATIVA

La iniciativa se rige, entre otras muchas dado su amplio espectro de actuación, por tres áreas de normativa:

- Ley 27/1999 de Cooperativas y legislación autonómica de aplicación
- Leyes de accesibilidad nacional y autonómicas
- Legislación autonómica y municipal acerca de equipamientos socio-sanitarios (según ubicación)
- Legislación autonómica y municipal acerca de Asistencia domiciliaria (según ubicación)
- Leyes equivalentes en los respectivos países donde se ubiquen





## EVALUACIÓN

La estructura de asociación, en la que cada cooperativa constituida se integra como entidad asociada, garantiza la gestión del colectivo por parte de los participantes. La toma de las decisiones que les afectan está en sus propias manos en el marco de las asambleas periódicas.

Para el funcionamiento de cada jubilar la Asociación permanece en contacto continuo con cada cooperativa, incluyendo una propuesta de evaluación en la que se utilizan técnicas cuantitativas y cualitativas en colaboración con los gestores AICP que realizan su seguimiento.

## RESULTADOS

En los dos primeros años de existencia, la actividad de la Asociación se ha centrado fundamentalmente en el trabajo de sensibilización, promoción del envejecimiento activo y difusión de nuevas iniciativas para la mejora del entorno para las personas mayores, principalmente de nuestro modelo “jubilar”.

Podemos constatar, como resultado positivo de esta labor, el convencimiento creciente no sólo de la bondad del modelo sino de su viabilidad real, entre profesionales, organizaciones sociales, entidades financieras y administraciones involucradas en la creación de cooperativas de este tipo. Son buenos resultados el éxito de nuestras ponencias en congresos (una al mes de media) y reuniones informativas a grupos, la presencia en los medios y la consideración de nuestro blog, como medio de comunicación de referencia sobre modos de transformación del entorno físico y social de las personas mayores.

Respecto de la creación de jubilaes, hemos trabajado con cuatro pequeños grupos, del entorno de Madrid, dos de ellos en las fases iniciales (fases 0 y 1). En uno de los casos los propios integrantes del grupo embrionario han decidido adelantarse al tiempo en la fase 2 (expansión y cohesión). Estamos en este momento evaluando los resultados de esta pequeña variación en el proceso de capacitación y convencimiento, que se desarrollan mediante reuniones y convivencias periódicas.

Son múltiples las personas que atendemos cada semana y se incorporan voluntariamente a nuestra base de datos de interesadas (“lista de espera”). La mayor parte de ellas son personas solas, sin grupo inicial. Proviene de toda España.



Algunas se están integrando en grupos embrionarios existentes. Esperamos en breve reunir suficientes personas de la misma zona y proponer lugares de encuentro que sirvan a su conocimiento mutuo.

## FINANCIACIÓN

La política de financiación de la Asociación incluye el cobro de cuotas de los socios, las donaciones particulares y el patrocinio de entidades públicas y privadas.

Asimismo, con el concurso de sus colaboradores, la Asociación buscará financiación para propiciar la realización de Jubilares para inquilinos (residentes en régimen de alquiler).

Al ser una entidad sin ánimo de lucro todos los recursos se invierten en la consecución de sus fines.

## CONCLUSIONES

Se considera que la experiencia de la Asociación Jubilares constituye una buena práctica porque cumple la mayoría de los criterios que se proponen para integrarse en la Red Modelo y Ambiente.

**Innovación:** la iniciativa supone la generación de un modelo de servicio de asesoramiento integral sin precedentes estables en España, que comienza con un asesoramiento específico y acotado en el tiempo, que responde a un modelo y sigue un método hasta la consecución del Jubilar, y que continúa con otro asesoramiento Integral y Personalizado (AICP) de por vida, en materia de atención profesional psicológica, jurídica y de atención social y sanitaria domiciliaria.

**Eticidad:** todo el desarrollo de la iniciativa está regido por la persona participante, que controla, a través del colectivo que ella mismo constituye, desde la elección del lugar y la actividad, el diseño del complejo residencial, la realización del mismo y la elaboración de normas de convivencia, hasta la propia autogestión del complejo para la organización de la actividad cotidiana y la contratación y aplicación de los medios de asistencia socio-sanitaria domiciliaria. Tanto la Asociación Jubilares como el denominado gestor de AICP son asesores que aconsejan, acompañan y actúan a demanda cuando es necesario. No son directores o gerentes de los Jubilares. Por



tanto la ética de la propuesta reside en que queda garantizada la autonomía de la persona para llevar cabo su proyecto de vida individual

**Sostenibilidad:**

- *Medioambiental:* la arquitectura moderna, más ecológica y responsable con el medio, el propio programa ajustado a las necesidades y la existencia de zonas comunes supone ahorros energéticos y menor impacto ambiental.
- *Económica y de mantenimiento:* El modelo Cooperativo permite asegurar el uso en el tiempo y la moderación de precios, lo que trae consigo que cada vez sea más barato acceder a un Jubilar (de ahí la existencia de listas de espera), y que los edificios se mantengan en óptimas condiciones.
- *De medios:* La atención a cada persona involucra a los profesionales, a las propias personas mayores y, en su caso, a los familiares, pero sólo cuando resulta necesario (AICP), realizándose la intervención siempre de manera personalizada y a la carta.

**Integralidad:** La integración entre atención a la persona y construcción del espacio físico donde se realiza es total y se ejecuta con la participación activa de cada colectivo de usuarios/as.

**Transferibilidad:** la propia naturaleza de la propuesta pretende su generalización, su repetición, adaptándose a las características propias de cada grupo que demanda el servicio, así como al contexto territorial. De hecho, la extensión de la iniciativa redundará en su propio beneficio, ya que provocaría un aumento de oferta de servicios de atención y de su influencia en el sector de atención a las personas mayores o personas con discapacidad. La metodología del proyecto, basada en la autopromoción, permite además una extensión rápida, que no depende de la capacidad financiera de un promotor concreto, ni se ve afectada por una coyuntura económica desfavorable, pues parte de los recursos ya disponibles (la vivienda actual del usuario).

**ENLACES Y ANEXOS**

- Página Web del proyecto: <http://www.jubilares.es/>
- Blog del proyecto: <http://jubilares.wordpress.com/>